



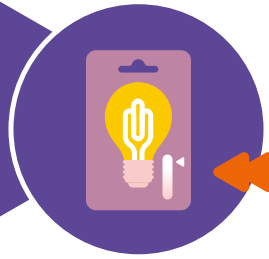
À LA MAISON  
Accidents domestiques

## CHUTES DES SENIORS À LA MAISON : NOS CONSEILS QUI CHANGENT TOUT

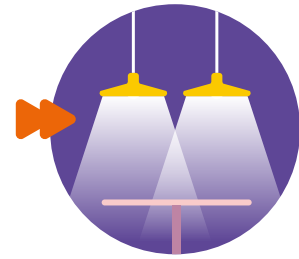
1/2



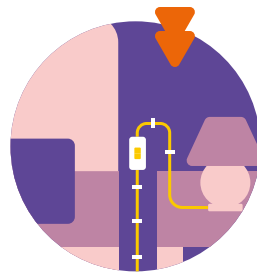
## L'ÉCLAIRAGE



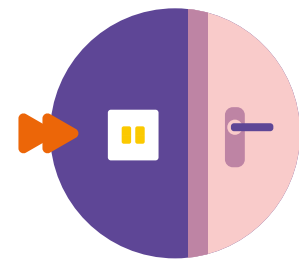
Opter pour **des ampoules** qui diffusent **une lumière blanche**.



Équiper le logement d'**éclairages en nombre suffisant** pour éviter au maximum les zones d'ombres.



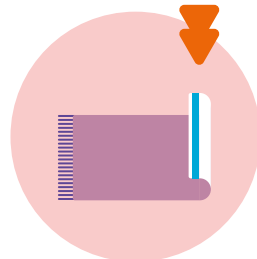
Fixer l'**interrupteur de la lampe de chevet** pour qu'il soit toujours accessible depuis le lit.



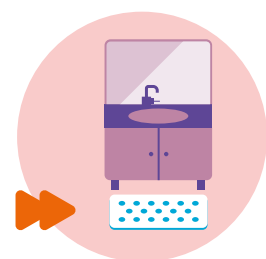
Installer les **interrupteurs près des portes d'accès**.

- ▶ Chaque année, **les accidents de la vie courante** font plus de **20 000 morts**.
- ▶ **La moitié des accidents sont dus à des chutes** et les premières victimes se comptent chez **les plus de 65 ans !**

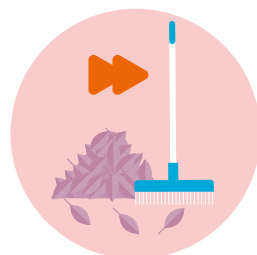
## LES REVÊTEMENTS DE SOL



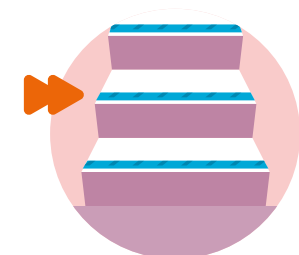
Retirer les tapis ou alors les fixer au sol avec un ruban adhésif double face.



Installer des revêtements **antidérapants** dans la salle de bains, la cuisine.



**Dégager** les abords de la maison **des feuilles et autres végétaux glissants**.



**Recouvrir** les bords **des marches d'escalier** d'une **bande antidérapante**, éventuellement phosphorescente.

ASSURANCE  
PRÉVENTION  
Les assureurs se mobilisent



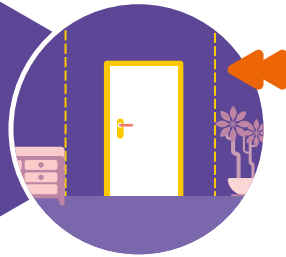
À LA MAISON  
Accidents domestiques

## CHUTES DES SENIORS À LA MAISON : NOS CONSEILS QUI CHANGENT TOUT

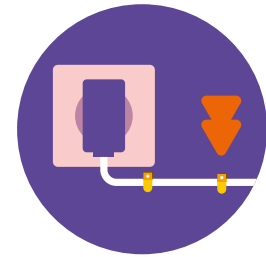
2/2



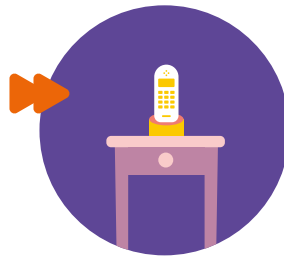
## LA CIRCULATION DANS LA MAISON



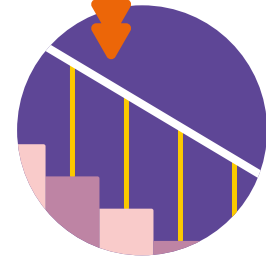
Désencombrer  
les espaces de circulation :  
pas de meubles, pas de plantes...



Fixer les fils électriques,  
notamment ceux du téléphone,  
directement **au mur**.

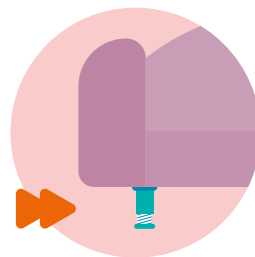


Rendre accessibles  
les objets les plus utilisés  
(téléphone, télécommande TV...).

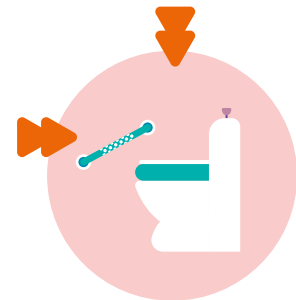


Équiper les escaliers  
d'une rampe solide  
sur toute leur longueur.

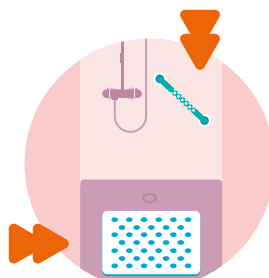
## LE MOBILIER, LES ÉQUIPEMENTS



Rehausser les canapés,  
les sièges ou les lits trop bas  
avec des plots adaptés.



Équiper le siège des toilettes  
d'un rehausseur, et d'une barre  
d'appui si nécessaire.



Équiper la baignoire ou la douche  
d'une barre d'appui et de tapis  
ou de bandes antidérapantes.



Ranger à bonne hauteur les objets  
les plus souvent utilisés, soit entre  
le niveau des yeux et celui des hanches.

ASSURANCE  
PRÉVENTION

Les assureurs se mobilisent